

提升老年患者生活质量的中西医护理策略

曹璐

上海市同济大学附属普陀区人民医院 上海 200060

【摘要】：老龄化浪潮下，老年患者的生活质量成为社会关注焦点。中医护理的整体观与西医护理的精准性各有所长，二者融合为老年护理开辟新路径。本文深入剖析中西医结合护理对老年患者的意义，探讨当前护理模式的现状与问题，阐释中西医协同的理论根基，提出身心调节、疾病应对、康复促进等护理策略，分析其应用效果并展望发展趋势，为提升老年护理服务质量提供理论与实践参考。

【关键词】：老年患者；生活质量；中西医结合护理；中医护理；西医护理

DOI:10.12417/2811-051X.25.11.008

引言

随着我国老龄化进程不断加快，老年患者群体日益庞大。衰老带来的生理机能减退，加之高血压、糖尿病、冠心病等慢性多发病，使老年患者普遍面临行动不便、自理能力下降、心理孤独等问题，严重影响其生活质量。西医护理以循证医学为基础，在疾病诊断、治疗及症状控制上具有精准性，但在关注患者整体身心状态、调理机体功能方面存在局限；中医护理遵循整体观念和辨证施护原则，擅长通过情志调节、体质调理改善患者状态，却在应对急危重症时缺乏快速有效的手段。中西医结合护理整合二者优势，成为提升老年患者生活质量的关键突破口。

1 提升老年患者生活质量的中西医护理研究意义

1.1 对满足老年患者健康需求的作用

老年患者因生理机能衰退，常同时患有多种慢性疾病，健康需求呈现多元化、复杂化特点。西医护理凭借先进的医疗设备与标准化操作流程，可精准监测患者生命体征，及时发现病情变化并给予针对性治疗，如对高血压患者进行血压监测与药物调整。中医护理则从整体出发，运用中药调理、饮食养生、穴位按摩等手段，改善患者体质，增强机体抵抗力。中西医结合护理将二者有机结合，既能快速控制疾病症状，又能通过长期调理改善患者整体健康状态。

1.2 对促进老年患者身心康复的价值

老年患者不仅身体脆弱，心理上易因疾病困扰、社会角色转变等产生焦虑、抑郁等负面情绪，影响康复进程。西医护理在身体康复方面，通过康复训练、物理治疗等手段，帮助患者恢复肢体功能，如对脑卒中后的老年患者进行肢体康复训练。中医护理注重情志护理，运用移情易性、顺情解郁等方法，缓解患者心理压力，如通过谈心交流、音乐疗法调节患者情绪。同时，中医的针灸、推拿等技术在缓解疼痛、促进血液循环方面效果显著，可辅助身体康复。中西医结合护理实现身心同治，一方面通过西医的专业治疗促进身体机能恢复，另一方面借助中医的情志护理和特色疗法调节心理状态，双管齐下，加快老

年患者身心康复速度，提高康复质量。

1.3 对推动老年护理学科发展的意义

中西医结合护理老年患者的实践与研究，打破了传统中医护理和西医护理相对独立的学科界限，促进两种护理体系相互融合、取长补短。在实践过程中，护理人员需要深入学习中医理论、西医知识以及中西医结合护理技术，这有助于培养既精通中医护理特色技术，又掌握西医护理规范操作的复合型人才，提升老年护理队伍的专业素养。同时，中西医结合护理模式的探索为老年护理学科研究提供了新方向，推动学科在理论创新、技术研发等方面不断发展，丰富老年护理学科内涵，促进老年护理学科向多元化、综合化方向迈进，为老年护理事业的发展注入新活力。

2 老年患者护理现状及存在的问题

2.1 目前老年患者西医护理模式及特点

目前，老年患者西医护理主要围绕疾病治疗、病情监测和康复护理展开。在疾病治疗护理上，严格遵循循证医学原则，根据患者病情制定个性化治疗方案，如对冠心病患者进行药物治疗、介入治疗等，并密切观察治疗效果和药物不良反应。病情监测方面，利用先进的医疗设备，如心电监护仪、血糖仪等，实时监测患者生命体征和各项指标变化，及时发现潜在风险并采取干预措施。康复护理针对术后或功能障碍的老年患者，制定系统的康复训练计划，包括肢体运动训练、语言训练等，帮助患者恢复身体功能。

2.2 目前老年患者中医护理模式及特点

中医护理老年患者以整体观念和辨证施护为核心。整体观念下，将人体视为一个有机整体，关注患者身体、心理、社会环境等多方面因素，综合判断病情。辨证施护则依据患者的症状、体征、舌象、脉象等，辨别证型，制定个性化护理方案。常见的中医护理方法包括中药内服调理脏腑功能，如对气血亏虚的老年患者给予八珍汤加减；中医外治技术，如艾灸、拔罐、中药熏蒸等，通过温热刺激、药物渗透等作用，调节机体气血运行；情志护理通过谈心、疏导等方式，调节患者情绪，保持

心情舒畅。中医护理模式强调整体调理和个体化差异,注重调动人体自身的修复能力,副作用小,且能较好地适应老年患者体质特点,但在护理技术的标准化和规范化方面有待提高。

2.3 现有护理模式存在的主要问题

单纯的西医护理模式侧重于疾病的治疗和症状控制,忽视了老年患者整体机体功能的调理和心理状态的关注,长期使用药物治疗可能带来副作用,且对一些慢性疾病的预防和康复效果有限。中医护理虽然在整体调理和情志护理方面具有优势,但缺乏对疾病的精准诊断和快速有效的急救处理手段,且中医护理技术的操作规范和疗效评价标准尚未完全统一,不同医护人员的操作水平和护理效果存在差异。

3 中西医结合护理老年患者的理论基础

3.1 中医对老年病的病因病机认识

中医认为,老年病的发生与人体衰老、正气亏虚密切相关。随着年龄增长,人体脏腑功能逐渐衰退,气血阴阳失衡,正气不足,导致机体抵抗力下降,外邪易乘虚而入。同时,老年人多存在气血运行不畅、痰湿瘀血内生等情况,进一步加重病情。如老年人常见的高血压病,多因肝肾阴虚、肝阳上亢所致;冠心病则与心阳不振、痰瘀痹阻心脉有关。中医治疗强调扶正祛邪、调整阴阳、调理气血,通过中药调理、针灸推拿等方法,改善机体功能,增强正气,祛除病邪,达到治疗疾病、预防疾病发生发展的目的。

3.2 西医对老年疾病的发病机制研究

西医认为,老年疾病的发生与衰老引起的生理功能改变、基因突变、环境因素等密切相关。随着年龄增长,细胞衰老、器官功能减退,如血管弹性下降导致高血压、动脉粥样硬化;胰岛功能减退引发糖尿病。同时,长期的不良生活习惯、环境污染等因素也会增加老年疾病的发病风险。对于老年疾病的治疗,西医注重针对具体的发病机制进行干预,如使用降压药物控制血压、胰岛素治疗糖尿病等,通过调节生理指标、改善病理状态,缓解疾病症状,控制病情发展。

3.3 中西医结合护理的协同作用原理

中西医结合护理老年患者的协同作用基于中医和西医对疾病认识和治疗理念的互补性。中医的整体观念和辨证施护能够弥补西医护理在整体调理和个体化治疗方面的不足,通过调节人体气血阴阳平衡,增强机体免疫力,改善患者全身症状,为疾病的治疗和康复创造良好的机体条件。西医的精准诊断和规范治疗则可弥补中医护理在疾病快速诊断和急症处理方面的短板,及时控制病情,缓解症状。中西医结合护理将两者有机结合,在疾病预防、治疗、康复等各个环节发挥协同效应,既注重疾病的局部治疗,又关注患者整体机体的调理,从而提高老年疾病的护理效果,改善老年患者的生活质量。

4 提升老年患者生活质量的中西医护理策略

4.1 基于身心整体调节的护理策略

基于身心整体调节的护理策略注重从身体和心理两方面对老年患者进行综合护理。身体护理方面,中医采用中药调理、饮食养生等方法,根据老年患者的体质特点,如阳虚体质给予温补类食物和中药,阴虚体质则采用滋阴润燥之品,调节机体阴阳平衡。配合艾灸、推拿等中医外治技术,刺激穴位,促进气血运行,增强身体机能。西医则通过健康体检、疾病筛查,及时发现潜在健康问题,并给予相应的预防和治疗措施。心理护理上,中医运用情志护理方法,通过与患者交流谈心,了解其心理需求,运用暗示疗法、移情疗法等,帮助患者缓解焦虑、抑郁等负面情绪。

4.2 针对常见老年疾病的护理策略

针对老年患者常见的慢性疾病,如高血压、糖尿病、冠心病等,制定中西医结合的护理策略。对于高血压患者,西医通过定期监测血压,根据血压变化调整降压药物剂量,确保血压控制在合理范围。中医则采用耳穴压豆、穴位按摩等方法,选取太冲、涌泉等穴位,调节机体气血运行,辅助降压。饮食上,指导患者低盐低脂饮食,配合中医食疗方,如芹菜粥等,增强降压效果。糖尿病患者护理中,西医严格控制血糖,指导患者合理用药、规范注射胰岛素,并进行饮食和运动管理。中医运用中药内服调节脏腑功能,改善胰岛素抵抗;中药足浴可促进足部血液循环,预防糖尿病足。

4.3 促进老年患者康复的护理策略

促进老年患者康复的护理策略结合中西医康复手段,制定个性化康复方案。西医康复护理根据患者的病情和身体状况,制定针对性的康复训练计划,如对脑卒中后肢体偏瘫的患者进行关节活动度训练、肌力训练、平衡训练等,利用康复器械辅助患者恢复肢体功能。中医康复则采用针灸、推拿、中药熏蒸等方法,疏通经络,促进气血运行,缓解肌肉痉挛,减轻疼痛。对于骨折术后的老年患者,西医指导其进行早期功能锻炼,防止关节僵硬和肌肉萎缩;中医通过中药内服促进骨折愈合,外用中药洗剂消肿止痛,加速康复进程。

5 中西医结合护理在老年患者中的应用效果与展望

5.1 中西医结合护理对老年患者生活质量的改善作用

中西医结合护理在提升老年患者生活质量方面效果显著。通过综合运用中西医护理手段,能够有效控制老年患者的疾病症状,减少并发症发生,如对高血压患者的中西医结合护理可降低心脑血管事件的发生率。在身体功能恢复上,中西医康复护理相结合,帮助老年患者更快地恢复肢体活动能力,提高生活自理能力。心理方面,情志护理与心理干预协同作用,缓解老年患者的负面情绪,增强其生活信心。此外,中医的饮食养生和西医的营养指导相结合,改善患者营养状况,增强机体抵

抗力。

5.2 中西医结合护理在老年护理中的潜在价值

中西医结合护理在老年护理中具有巨大的潜在价值。从医疗资源利用角度看,其可充分发挥中医护理简便验廉的优势,降低医疗成本,减轻患者经济负担,同时提高医疗资源的利用效率。在预防保健方面,中西医结合的养生保健方法,如中医的四季养生、西医的健康管理,能够有效预防老年疾病的发生,促进老年人健康老龄化。此外,中西医结合护理模式有助于推动老年护理服务向社区和家庭延伸,通过开展社区中西医结合护理服务、家庭护理指导,让老年患者在熟悉的环境中接受优质护理服务,提高老年护理的可及性和便利性,满足日益增长的老年护理需求。

5.3 中西医结合护理在老年护理领域的发展趋势

未来,中西医结合护理在老年护理领域将呈现更广阔的发展前景。随着科技的不断进步,中西医结合护理将与现代信息技术深度融合,利用大数据、人工智能等技术,实现老年患者

健康数据的实时监测、智能分析和个性化护理方案制定。在人才培养方面,将加强中西医结合护理专业教育,培养更多高素质的复合型护理人才,满足临床实践需求。同时,中西医结合护理的标准化和规范化建设将不断完善,制定统一的护理技术操作规范和疗效评价标准,提高护理服务质量的稳定性和可靠性。

6 结论

中西医结合护理在提升老年患者生活质量方面成效显著,既满足了老年患者多元化的健康需求,促进了身心康复,又推动了老年护理学科的发展。尽管当前老年护理仍存在一些问題,但中西医结合护理通过整合中医与西医护理的优势,在疾病治疗、康复保健、心理关怀等方面展现出强大的生命力和独特价值。未来,应进一步加强中西医结合护理的理论与实践探索,完善护理策略,培养专业人才,推动其在老年护理领域的广泛应用与创新发展,为老年患者提供更优质、高效的护理服务。

参考文献:

- [1] 祝欢,周雪薇,徐希茜.老年慢性心力衰竭患者应用中西医结合护理效果[J].中国医药指南,2025,23(03):186-188.
- [2] 俞萍,徐阳,袁旭君,等.中西医结合“互联网+”护理管理对慢性伤口患者生活质量的影响[J].护理实践与研究,2024,21(12):1853-1859.
- [3] 栾倩千,杨丽华,迟宁,等.中西医结合护理方案对老年胆结石手术患者情绪及生活质量影响的观察[J].中国医药指南,2024,22(28):180-182.
- [4] 高静.中西医结合治疗老年抑郁症的临床效果及对患者不良情绪与生活质量的影响[J].婚育与健康,2024,30(09):88-90.
- [5] 段锡琼.中西医结合肺康复护理对慢性阻塞性肺病患者肺功能及生活质量的影响[C]//榆林市医学会.第二届全国医药研究论坛论文集(三).自贡市第一人民医院,;2023:666-670.